

Olvídense de las calorías y deje a un lado su sentimiento de culpa: cuando quiera darse un capricho, nada mejor que el chocolate para sentirse satisfecho. Pruebe nuestras salsas para enriquecer los helados, los deliciosos batidos que podrá preparar en un momento, o cualquiera de las recetas clásicas que le proponemos, como los brownies, la *mousse* o la tarta oscura de chocolate. Relamerá el plato y la cuchara, se chupará los dedos y se comerá hasta la última migaja. En una palabra, tratándose de chocolate, no existen los excesos.

KÖNEMANN

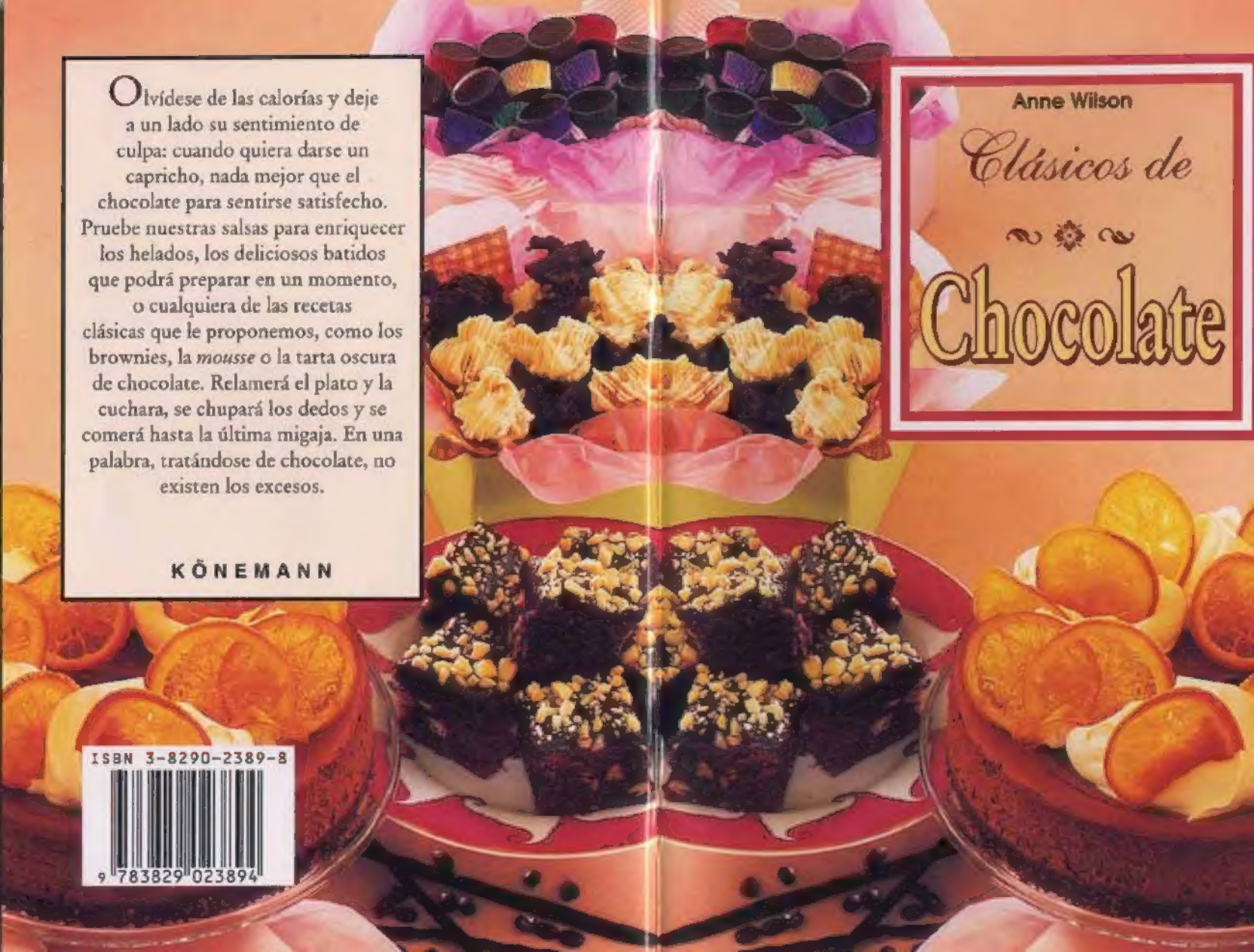
ISBN 3-8290-2389-8



9 783829 023894

Anne Wilson

Clásicos de Chocolate



~ Lo básico del chocolate ~

Trabajar el chocolate es todo un arte que requiere dominar ciertas técnicas. Comprobará sus progresos dando a probar sus recetas a amigos y familiares. Siga nuestros consejos e indicaciones y olvídense de las dificultades.

Clases de chocolate

Chocolate negro: contiene azúcar, pasta de cacao y manteca de cacao. Entre sus variedades destacan: el agri dulce, con menos azúcar que el regular o habitual; y el semidulce, que se puede sustituir por el agri dulce añadiendo más azúcar en la receta.

Chocolate con leche: contiene los mismos ingredientes que el negro, más los ingredientes sólidos de la leche (en polvo).

Chocolate blanco: se compone de una mezcla de azúcar, leche entera o en polvo, manteca de cacao y aromas.

Cobertura: es el chocolate de mayor calidad por su alto contenido en manteca de cacao; se funde con gran facilidad y es muy moldeable.

Chocolate compuesto: resulta más económico que la cobertura; las grasas vegetales que se le añaden facilitan que se solidifique rápidamente y a temperatura ambiente. El chocolate en tabletas, las lágrimas, las gotas y las chocolatinas (ya sean

de chocolate negro, con leche o blanco) se elaboran con este chocolate. **Cacao en polvo:** se obtiene moliendo los restos secos y prensados de la pasta de cacao, después de haberle extraído casi toda la manteca. El cacao en polvo holandés tiene un color más oscuro y brillante y su sabor es más suave debido a un refinado posterior.

Fundido

Para fundirlo homogéneamente, no debe dejar que cueza, y menos aún que se queme. El chocolate en pastilla se debe trocear o rallar regularmente para que se funda por igual. El blanco también debe trocearse o rallarse y, una vez que esté fundido, utilizarlo enseguida antes de que se endurezca. Procure evitar que el agua o el vapor entren en contacto con el chocolate fundido.

Una pequeña cantidad de líquido puede cuartearlo o

endurecerlo, haciéndolo inservible. Cuando suceda esto (el chocolate se vuelve espeso y harinoso) intente recuperarlo añadiendo 1 cucharada de nata o de aceite vegetal. Pero si se quema, deberá empezar de nuevo con otro chocolate. No acelere el proceso de fundido, el chocolate requiere su tiempo.

Al baño María

Ponga el chocolate en un cuenco termorresistente. Llene la mitad de un cazo con agua y llévela a ebullición; retire el cazo del fuego, ponga el cuenco encima—asegúrese de que no toca el agua—y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda.

En microondas

Parta el chocolate en trocitos y póngalo en un cuenco apto



para microondas. Caliéntelo a media potencia en varias tandas de 30 segundos, removiéndolo con frecuencia. Cuando se funde en microondas, el chocolate conserva su forma exterior aunque esté fundido por dentro; para comprobar que esté listo, remuévalo con una cuchara. No intente fundirlo a mayor potencia para tardar menos, lo más probable es que se queme.

Conservación

Dependiendo de su calidad, muchos chocolates pueden conservarse varios meses. Envuélvalo con papel de aluminio o con plástico transparente y guárdelo en un sitio frío y seco. A veces se puede formar en su superficie una capa blanca, debida a un cambio brusco de temperatura, sobre todo si se ha fundido a fuego fuerte o cuando ha estado tiempo en la nevera. Esta alteración es inocua y no modifica su sabor. El chocolate atrasado suele desarrollar también esta capa blanca; pruébelo y, si su sabor le resulta rancio, o está muy seco, deséchelo.

Consejos

- Para hacer virutas de chocolate, rállalo deprisa con un pelaverduras o en la trituradora y utilícelas para decorar la superficie y los lados de las tartas y pasteles.
- El chocolate de cobertura es el más adecuado para decorar, sobre todo



para decoraciones de fantasía, ya que se endurece bastante y no se derrite a temperatura ambiente. El chocolate compuesto también es recomendable para decorar.

- Si quiere bañar o cubrir un alimento y el chocolate se ha quedado demasiado espeso, agréguale un poco de aceite vegetal, o funda un poco de grasa vegetal blanca (*copha*) e incorpórela al chocolate.
- Antes de cubrir con chocolate cualquier alimento, asegúrese de que éste no contenga humedad, que afectaría al chocolate haciéndolo inservible. Una vez bañado el alimento, déjelo en una bandeja forrada con papel vegetal para que se endurezca a temperatura ambiente.

Mangas de papel

Corte un cuadrado de papel de horno de 25 cm de lado; dóblelo en diagonal para formar un triángulo. Ponga el lado más largo mirando hacia usted y lleve la punta derecha del papel hasta la punta superior, enrollándolo en forma de



cono. Sujétela mientras envuelve el cono con la otra punta, formando un cucurucho; únalo con cinta adhesiva o unas grapas.



Doble hacia dentro el borde superior, ponga dentro el chocolate fundido y doble los extremos de la bolsa para cerrarla. Corte la punta y apriete suavemente en la parte más ancha:



~ Tarta oscura de chocolate ~

Preparación: 20 min

Cocción: 2 1/4 h

Raciones: 8



1 ~ Precaliente el horno a 160° C. Engrase un molde profundo y redondo de 20 cm de diámetro y fórralo con papel de horno. Tamice las harinas con el cacao en un cuenco grande y haga un hoyo en el centro.

2 ~ Ponga en un cazo la mantequilla, el aceite, el chocolate, el azúcar, el café instantáneo y 1 taza de agua; remueva a fuego lento hasta que el chocolate y la mantequilla se fundan y el azúcar se disuelva. Retire el cazo del fuego y vierta la mezcla en el hoyo de los ingredientes sólidos; bata con las varillas sólo hasta que los ingredientes estén mezclados; agregue luego los huevos y mezcle todo

1 1/2 tazas de harina de fuerza

1/2 taza de harina corriente

1/3 de taza de cacao en polvo

250 g de mantequilla en trocitos

1 cucharada de aceite

200 g de chocolate negro troceado

1 1/2 tazas de azúcar refinada

1 cucharada de café soluble instantáneo

2 huevos poco batidos

Cobertura de chocolate

150 g de mantequilla en trocitos

150 g de chocolate troceado

bien, pero sin batirlo en exceso.

3 ~ Vierta la mezcla en el molde y hómela durante 2 horas; compruebe el punto de cocción pinchando una aguja hasta el centro de la tarta: si sale limpia, estará bien cocida. Déjela enfriar completamente en el molde y luego vuélvela sobre una rejilla metálica.

4 ~ Para preparar la cobertura, ponga la mantequilla y el chocolate en un cazo a fuego lento y remueva hasta que se fun-

dan y se mezclen homogéneamente. Retire el cazo del fuego y deje enfriar la cobertura un poco.

5 ~ Recorte la tarta por arriba para que quede plana y déle la vuelta sobre la rejilla, con una bandeja debajo. Báñela con la cobertura, dejando que resbale ésta por las paredes. Resulta deliciosa con *crème fraîche*.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 8 g; grasa: 60 g; hidratos de carbono: 100 g; fibra: 2 g; colesterol: 170 mg; calorías: 925



Tamice las harinas con el cacao en un cuenco grande.



Funda el chocolate con la mantequilla, el aceite, el azúcar, el café y el agua



Incorpore la mezcla de chocolate a los ingredientes sólidos y bata todo con las varillas.



Déle la vuelta a la tarta y vierta encima la cobertura templada.

~ Mousse de chocolate ~

Preparación: 20 min +
2 h de refrigeración

Cocción: 5 min

Raciones: 4



250 g de chocolate negro
3 huevos
1/4 de taza de azúcar
refinado
2 cucharaditas de ron
oscuro
1 taza de nata líquida,
batida

1. Ponga el chocolate en un cuenco refractario. Llene la mitad de un cazo con agua y llévela a ebullición; retire del fuego, ponga encima el cuenco con el chocolate, sin que el fondo toque el agua, y remueva de vez en cuando hasta que se funda. Deje enfriar.
2. Con la batidora de varillas, bata los huevos con el azúcar en un cuenco pequeño durante 5 minutos, o hasta que la mezcla quede espesa y pálida y haya aumentado de volumen.

3. Incorpore el chocolate y el ron; bata hasta mezclarlos y vierta la mezcla en un cuenco mayor; incorpore con movimientos suaves la nata usando una cuchara de metal.
4. Reparta la mousse en 4 copas de 1 taza de capacidad. Refrigérelas 2 horas, o hasta que se cuaje. Decore con hojas de chocolate (ver pág. 55).

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 9 g; grasa: 50 g;
hidratos de carbono: 60 g;
fibra: 1 g; colesterol: 220 mg;
calorías: 685



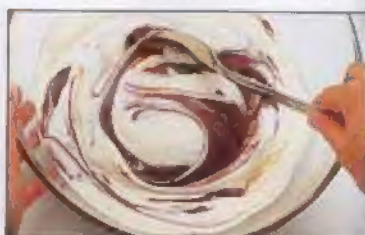
Funda el chocolate en un cuenco al baño María, removiéndolo de vez en cuando.



Bata los huevos con el azúcar hasta que queden espesos y pálidos y aumenten de volumen.



Añada el chocolate y el ron a los huevos batidos y bata hasta que se mezcle todo.



Pase la mezcla a un cuenco grande e incorpore la nata, sin mezclarla en exceso.



~ Galletas de chocolate con trocitos ~

Preparación: 20 min
Cocción: 15 min
Para unas 25 galletas



1 ~ Precaliente el horno a 180° C. Engrase 2 placas pasteleras y fórrelas con papel de horno. Tamice la harina con el cacao en un cuenco y añada el azúcar. 2 ~ Ponga en un cazo la mantequilla y el chocolate negro y remuévalos a fuego lento hasta que se fundan. Vierta la mezcla sobre la de la harina, eche los huevos y remueva para

1 1/2 tazas de harina
 3/4 de taza de cacao en polvo
 1 1/2 tazas de azúcar morena bien apretada
 180 g de mantequilla
 150 g de chocolate negro troceado

3 huevos poco batidos
 1 taza de gotas de chocolate negro
 1/2 taza de gotas de chocolate blanco

mezclar todo. Añada las gotas de los dos chocolates y mézclelas.

3 ~ Forme bolas con 2 cucharadas rasas de la mezcla para cada una; repártalas en las placas, dejando entre ellas espacio para que crezcan. Aplástelas

un poco y hornéelas durante 12 minutos; déjelas 5 minutos en las placas y enfírielas en una rejilla.

CADA GALLETA CONTIENE:
 Proteínas: 3 g; grasa: 10 g;
 hidratos de carbono: 30 g;
 fibra: 1 g; colesterol: 40 mg;
 calorías: 200



Tamice la harina con el cacao en polvo en un cuenco grande.



Remueva la mantequilla y el chocolate negro a fuego lento con una cachara de madera.



Vierta el chocolate fundido sobre la harina y el cacao tamizados.



Forme bolas irregulares con la masa, extiéndalas en las placas y aplástelas un poco.



~ Salsas de chocolate ~

Enriquecen todo tipo de postres, desde un helado hasta un budín o una fruta cocida. Son tan deliciosas que resulta difícil no sucumbir a la tentación de comerlas incluso a cucharadas.

De chocolate negro

Ponga 150 g de chocolate negro troceado en un cuenco. Caliente 300 ml de nata en un cazo hasta que empiece a hervir; agregue 2 cucharadas de azúcar y remueva. Vierta la nata sobre el chocolate, deje reposar 2 minutos y remueva hasta que se funda y quede fino. Añada 1 cucharada del licor que prefiera y sirva la salsa templada. Para 375 ml.

CADA RACIÓN CONTIENE (6)

Proteínas: 2 g; grasa: 30 g; hidratos de carbono: 25 g; fibra: 0 g; colesterol: 70 mg; calorías: 360

Con avellanas a la vainilla

Ponga 300 ml de nata líquida en un cazo. Abra a lo largo una vaina de vainilla y eche las semillas sobre la nata; ponga también la vaina y lleve a ebullición. Retire el cazo del fuego, tápelo y deje reposar 10 minutos; cuele la nata. Ponga en un cuenco 200 g de chocolate blanco en trocitos muy pequeños; recaliente la nata y viértala en el cuenco. Deje reposar 2 minutos y remueva hasta que el chocolate se funda. Agregue 1/4 de taza de

avellanas tostadas picadas y sirva la salsa templada. Para 430 ml.

CADA RACIÓN CONTIENE (7)

Proteínas: 4 g; grasa: 30 g; hidratos de carbono: 20 g; fibra: 1 g; colesterol: 60 mg; calorías: 340

Con caramelos de chocolate

Trocée 4 barritas de caramelo bañadas con chocolate y póngalas en un cazo con 1/4 de taza de leche y 3/4 de taza de nata; remueva a fuego lento hasta que se fundan el chocolate y el caramelo. Agregue 100 g

de chocolate con leche troceado y siga removiendo hasta que se funda. Deje enfriar a temperatura ambiente. Para 500 ml.

CADA RACIÓN CONTIENE (8)

Proteínas: 2 g; grasa: 15 g; hidratos de carbono: 9 g; fibra: 0 g; colesterol: 35 mg; calorías: 160

Con nata

Trocée en un cuenco 100 g de chocolate negro. Ponga en una cazuela 100 g de mantequilla en trocitos, 1/2 taza de azúcar, 300 ml de nata, 1/3 de taza de cacao en polvo y 2 cucharadas de café recién molido. Lleve a ebullición y deje cocer a fuego lento durante 2 mi-

nutos, removiendo constantemente. Cuele esta mezcla sobre el chocolate, deje reposar 2 minutos y remueva hasta que éste se funda y la salsa quede homogénea. Para 500 ml.

CADA RACIÓN CONTIENE (8)

Proteínas: 3 g; grasa: 30 g; hidratos de carbono: 30 g; fibra: 0 g; colesterol: 80 mg; calorías: 380

Salsa Jaffa

Corte 3 tiras anchas de piel a una naranja, sin la membrana blanca, y póngalas con 1/2 taza de zumo de naranja en un cazo al fuego. Cuando rompa a hervir, agregue 2 cucharadas de azúcar, baje el fuego y deje cocer unos 3 mi-

nutos, o hasta que se reduzca a 2 cucharadas y quede como un almibar espeso. Déjelo enfriar y corte las pieles en tiritas finas. Ponga en un cuenco 200 g de chocolate con leche troceado. Caliente a punto de ebullición 300 ml de nata líquida y viértala sobre el chocolate; deje reposar 2 minutos y luego remuévalo hasta que se funda. Agregue el almibar, las tiritas de piel y 2 cucharaditas de Cointreau. Sirvala templada. Para 500 ml.

CADA RACIÓN CONTIENE (8)

Proteínas: 3 g; grasa: 25 g; hidratos de carbono: 25 g; fibra: 0 g; colesterol: 60 mg; calorías: 305

De izquierda a derecha: De chocolate negro; Con avellanas a la vainilla; Con caramelos de chocolate; Con nata; Salsa Jaffa

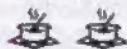


~ Tarta Selva Negra ~

Preparación: 45 min

Cocción: 15 min

Raciones: 8



1. ~Precaliente el horno a 180° C. Engrase dos bizcocheras redondas poco profundas de 20 cm de diámetro y fórrelas con papel de horno. Tamice tres veces las harinas con el cacao sobre un papel encerado.

2. ~Con la batidora de varillas, bata las claras a punto de nieve firme en un cuenco pequeño, limpio y seco. Agregue poco a poco a poco el azúcar, sin dejar de batir hasta que se disuelva y la mezcla quede espesa y brillante. Añada las yemas y bata todo durante 20 segundos. Trasvase la mezcla a un cuenco más grande.

3. ~Incorpore la mezcla de la harina y el cacao en 2 o 3 tandas, con movimientos envolventes rápidos y ligeros. Repárala homogéneamente en los moldes, extendiéndola bien, y hornee durante 15 minutos, hasta que queden dos bizcochos esponjosos al tacto. Déjelos reposar durante 5 minutos en los moldes y vuélquelos sobre dos rej-

1/3 de taza de harina corriente
1/3 de taza de harina de fuerza
2 cucharadas de cacao en polvo
4 huevos, separadas las claras de las yemas
1/2 taza de azúcar
1/4 de taza de Kirsch (ver nota)
3 1/2 tazas de nata líquida, batida

1 frasco de 700 g de guindas en conserva, o 2 latas de 425 g de cerezas oscuras, bien escurridas (ver nota)
250 g de chocolate negro en pastilla
cerezas al marasquino, para adornar
azúcar glas, para espolvorear

illas metálicas para que se enfrien. Corte cada uno horizontalmente en dos ruedas.

4. ~Remoje una rueda de bizcocho con un poco de Kirsch, extienda una capa de nata batida y reparta encima un tercio de las cerezas; ponga otra rueda de bizcocho, remójela igualmente con Kirsch y siga montando capas en el mismo orden, terminando con una de bizcocho.

Extienda encima de éste el resto de la nata con una espátula, cubriéndolo bien y dejando un poco para decorar.

5. ~Pase un pelaverduras por el canto de la pastilla de chocolate para sacar virutas rizadas y ponga casi todas en los lados de la tarta, apretándolas un poco para que se sujeten. Ponga con la manga el

resto de la nata en la superficie, dibujando unas rosetas, y adorne con las cerezas al marasquino. Amontone en el centro las virutas de chocolate restantes y espolvoree la tarta con azúcar glas cuando vaya a servirla.

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 10 g; grasa: 60 g;
hidratos de carbono: 50 g;
fibra: 3 g; colesterol: 240 mg;
calorías: 780

Notas: ~El Kirsch es un aguardiente elaborado con cerezas. La tarta Selva Negra se prepara tradicionalmente con guindas frescas cocidas en almíbar y deshuesadas, aunque se pueden sustituir por guindas o cerezas deshuesadas en conserva. Escúrralas bien sobre papel absorbente para que su color no tiña la nata.



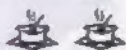
Con un cuchillo de sierra largo y ancho, corte cada bizcocho horizontalmente en dos ruedas.



Remoje las ruedas de bizcocho con Kirsch y monte capas con la nata batida y las cerezas.

~ Trufas de chocolate ~

Preparación: 40 min +
una noche en la nevera
Cocción: 10 min
Para unas 30 trufas



1. ~ Caliente la nata en un cazo hasta que empiece a hervir, retírela del fuego y agregue el chocolate; remueva hasta que se funda del todo. Añada la mantquilla y remueva hasta que se funda. Ponga el Cointreau y mézclelo. Pase la mezcla a un cuenco gran-

3/4 de taza de nata espesa
400 g de chocolate negro
rallado
70 g de mantquilla en
trocitos

2 cucharadas de
Cointreau
cacao puro en polvo, para
rebosar

de, tápelo y refrigérelo varias horas, o mejor toda la noche, hasta que tenga suficiente consistencia para formar las bolitas.

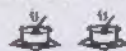
2. ~ Dé forma a las trufas, con una cucharada de mezcla para cada una, trabajándolas rápidamente; refrigérelas para que no

pierdan firmeza. Por último, rebócelas en el cacao y sacuda el sobrante. Consérvelas en la nevera y sírvalas a temperatura ambiente.

CADA TRUFA CONTIENE:
Proteínas: 1 g; grasa: 9 g; hidratos de carbono: 9 g; fibra: 0 g; colesterol: 15 mg; calorías: 120

~ Trufas con pasas al ron ~

Preparación: 30 min +
remojo y refrigeración
Cocción: 5 min
Para unas 40 trufas



1. ~ Remoje las pasas con el ron 1 hora en un cuenco tapado. Mezcle la galleta machacada y el azúcar, la canela y las pacanas picadas en un cuenco grande.

2. ~ Ponga en un cazo la nata, el chocolate y el caramelo; remueva a fuego lento hasta que el chocolate se funda y viértalo sobre la mezcla de la galleta. Agregue las pasas en remojo y mezcle bien. Refri-

1/2 taza de pasas, muy
picadas
1/4 de taza de ron
200 g de galletas de
harina de trigo
cubiertas de chocolate,
machacadas
1/3 de taza de azúcar
morena poco
apretada
1 cucharadita de canela
molida

1/2 taza de pacanas, muy
picadas
1/4 de taza de nata líquida
250 g de chocolate negro
troceado
1/4 de taza de caramelo
líquido
1 1/4 tazas de pacanas
molidas

gere la mezcla para que adquiera consistencia y así poder formar las trufas.

3. ~ Forme unas bolas con la mezcla usando una cucharada para cada una y rebócelas en las pacanas

molidas. Refrigérelas hasta que estén consistentes.

CADA TRUFA CONTIENE:
Proteínas: 1 g; grasa: 7 g; hidratos de carbono: 10 g; fibra: 1 g; colesterol: 3 mg; calorías: 110



Trufas de chocolate (arriba) y Trufas con pasas al ron

~ Tarta de queso y chocolate ~

Preparación: 20 min +
toda la noche de
refrigeración

Cocción: 1 h

Raciones: 10



1. ~ Engrase un molde redondo desmontable de 20 cm y fôrme la base con papel de horno. Ponga las galletas con las almendras en la batidora-mezcladora y tritúrelas hasta que queden en migas. Agregue la mantequilla y el azúcar y bata hasta obtener una pasta homogénea. Póngala en el molde y apriétela bien contra el fondo; métalo en la nevera para que la mezcla adquiera consistencia. Precaliente el horno a 160° C.

2. ~ Para hacer el relleno, ponga el chocolate en un cuenco resistente al calor. Llene hasta la mitad una cazuela con agua y llévela a ebullición; retirela del fuego, ponga el cuenco encima y compruebe que no toca el agua. Remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda y déjelo enfriar un poco. Bata el queso hasta que esté cremoso; agréguele el chocolate, la nata, los huevos y la ralladura, y mézclelo todo hasta que quede homogéneo. Vierta

125 g de galletas de
chocolate (secas)

1/4 de taza de almendras
tostadas picadas

90 g de mantequilla
fundida

1 cucharada de azúcar
moreno

1 taza de nata, batida

Relleno

125 g de chocolate negro
troceado

500 g de queso cremoso,
ablandado

1/2 taza de azúcar moreno
bien apretada

1/2 taza de nata líquida

2 huevos batidos

1 cucharadita de
ralladura de naranja

Naranja caramelizada

1 1/4 tazas de azúcar
refinada

2 naranjas cortadas en
rodajas muy finas

el relleno sobre la base de migas y alise la superficie. Hornee la tarta sobre una bandeja de horno durante 50-55 minutos, o hasta que el relleno esté consistente. Enfríela sin desmoldarla y métala en la nevera toda la noche para que tome más cuerpo.

3. ~ Para hacer la naranja caramelizada, ponga en un cazo 1 taza de azúcar con 1/3 de taza de agua; remueva a fuego lento, sin dejar que cueza, hasta que se disuelva. Lleve entonces a ebullición, baje el fuego y añada la mitad de las rodajas de naranja; deje cocer unos 15-20 minutos, o hasta que las rodajas queden transparentes y con una capa de caramelo. Sáquelas y

déjelas enfriar en una bandeja forrada con papel de horno. Añada el resto del azúcar al cazo y remueva suavemente hasta disolverla (el jugo de la naranja habrá aclarado en exceso el caramelo, por lo que esta cantidad última de azúcar permitirá que vuelva a espesarse). Cueza la otra mitad de las rodajas, sáquelas del caramelo y enfríelas en la bandeja.

4. ~ Decore la tarta con nata batida y la naranja caramelizada.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 9 g; grasa: 50 g;
hidratos de carbono: 60 g;
fibra: 1 g; colesterol: 160 mg;
calorías: 700

Nota. ~ Si lo prefiere, adórnala simplemente con gajos de naranja.



Apriete la mezcla de la galleta contra el fondo del molde con el dorso de una cuchara.



Vierta la mezcla sobre la base de galleta y alise la superficie.

~ Pucheros de chocolate ~

Preparación: 20 min +
6-8 h de refrigeración

Cocción: 1 h

Raciones: 8



**2/3 de taza de nata
espesa**

**1/2 vaina de vainilla,
abierto a lo largo en
dos mitades**

**150 g de chocolate
negro agridulce
troceado**

1/3 de taza de leche

2 yemas de huevo

**1/4 de taza de azúcar
refinada**

**nata montada y
cacao en polvo, para
servir**

1~ Engrase ligeramente
con mantequilla fundida
8 pucheros (u 8 moldes
de cerámica) de 1/3 de

taza de capacidad cada
uno, y dispóngalos en una
bandeja honda de horno.
Precaliente el horno a
140° C.

2~ Ponga la nata con la
vainilla en un
cazo y caliéntela sin que
hierva; retire el cazo del
fuego y deje la vainilla en
infusión.

3~ Remueva el chocola-
te troceado con la leche
en un cazo a fuego lento
hasta que se funda.

4~ Ponga las yemas en
un cuenco pequeño y
agregue poco a poco el
azúcar, sin dejar de remo-
ver hasta que ésta se
disuelva y la mezcla que-
de pálida y homogénea.
Rasque las semillas de la
vainilla de vainilla, échelas
de nuevo en la nata y
deseche la vaina. Incorpo-
re la nata avainillada y
el chocolate fundido a las
yemas azucaradas;
mezcle bien.

5~ Llene dos tercios de
cada recipiente con esta
mezcla y añada agua en la
bandeja hasta que cubra
la mitad de la altura de
los moldes. Hornéelos
durante 45 minutos, o
hasta que la mezcla suba
un poco y quede esponjo-
sa. Saque los recipientes
de la bandeja y deje que
se enfrien del todo;
cúbrenlos luego con plásti-
co transparente y refri-
gérelos durante 6-8 horas.
Sirvalos bien fríos con
una cucharada de nata
montada por encima y
espolvoreados con cacao
en polvo tamizado.

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 2 g; grasas: 15 g;
hidratos de carbono: 25 g;
fibra: 0 g; colesterol: 75 mg;
calorías: 245

Nota~ Nada más sacar-
los del horno, se formará
una ligera costra en la su-
perficie de los pucheros.



Rasque las semillas de la vaina de vainilla y deseche ésta.



Vierta la mezcla en los recipientes, llenándolos hasta dos tercios de su capacidad.



~ Tarta Sacher ~

Preparación: 40 min

Cocción: 1 h

Raciones: 10



1. ~Precaliente el horno a 180° C. Engrase un molde alto redondo de 20 cm, fórralo con papel de horno y engrase éste.

2. ~Tamice la harina con el cacao en un cuenco grande y haga un hoyo en el centro. Ponga en un cazo el azúcar, la mantequilla y la mitad de la mermelada; remueva a fuego lento hasta que la mantequilla se funda y el azúcar se disuelva. Vierta esta mezcla en la de la harina, agregue las yemas de huevo y remueva para combinar todos los ingredientes.

3. ~Con la batidora de varillas, bata las claras a punto de nieve suave; ponga un tercio en la mezcla anterior, remueva e incorpore el resto de la clara

1 taza de harina

1/4 de taza de cacao en polvo

1 taza de azúcar refinada

100 g de mantequilla

1/4 de taza de mermelada de fresa

4 huevos, separadas las claras de las yemas

Cobertura de ganache

2/3 de taza de nata líquida

200 g de chocolate negro troceado

1/3 de taza de azúcar refinada

en dos tandas con una cuchara metálica. Vierta la preparación en el molde y alise la superficie. Hornee durante 40-45 minutos; pinche una aguja hasta el centro, si sale limpia, estará cocida la tarta. Déjela reposar 15 minutos en el molde y vuélvela sobre una rejilla metálica.

4. ~Para la cobertura, remueva la nata con el chocolate y el azúcar en un cazo a fuego lento, hasta que quede una mezcla fundida y homogénea. Si se corta, agregue 1 cucharada de agua y remueva bien

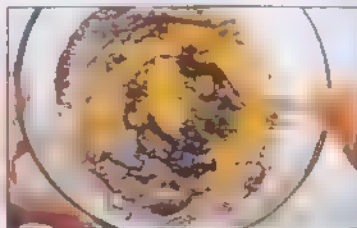
5. ~Aplane la superficie de la tarta y déle la vuelta en la rejilla, sobre una bandeja. Caliente el resto de la mermelada hasta licuarla y embadurne la tarta. Vierta encima casi toda la cobertura y dé unos golpecitos a la rejilla contra la bandeja para que se asiente el chocolate. Con la manga pastelera, escriba la palabra *Sacher* utilizando el resto de la cobertura.

CADA RACIÓN CONTIENE:

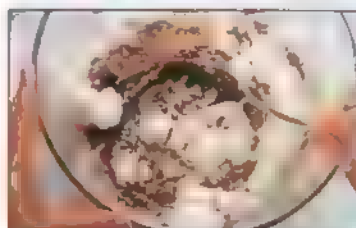
Proteínas: 6 g; grasa: 25 g; hidratos de carbono: 60 g; fibra: 1 g; colesterol: 120 mg; calorías: 475



Remueva a fuego lento el azúcar con la mantequilla y la mitad de la mermelada



Agregue la mezcla de la mantequilla y las yemas a la harina con el cacao; remueva



Incorpore el resto de la clara con movimientos envolventes, usando una cuchara de metal



Dé unos golpecitos a la rejilla contra la bandeja para asentar la cobertura

~ Helado de pasas al ron ~

Preparación: 1 h +
remojo y toda la noche
de congelación

Cocción: 30 min

Raciones: 4



1 cucharada de ron,
blanco o añejo
1/2 taza de pasas muy
picadas
8 yemas de huevo
1/2 taza de azúcar
refinado
2 cucharadas de cacao
en polvo
2 tazas de leche
1 taza de nata líquida
1 vaina de vainilla,
abierta en dos mitades
a lo largo
250 g de chocolate negro
troceado

1 ~ Macere las pasas con
el ron en un cuenco, tapa-
do, durante 1 hora.

2 ~ En otro cuenco me-
diano y resistente al calor,
ponga las yemas y añada
el azúcar poco a poco,
batiendo constantemente
hasta que el azúcar se
disuelva y resulte una
mezcla ligera y cremosa
(no emplee batidora eléc-
trica porque entraría
demasiado aire en la mez-

cla). Añada el cacao y re-
mueva todo.

3 ~ Ponga en una cazue-
la la leche y la nata; eche
las semillas de la vainilla
en la cazuela y ponga
también la vaina. Lleve a
ebullición, aparte la ca-
zuela del fuego y retire la
vainilla. Vierta poco a
poco la leche caliente
sobre las yemas, sin dejar
de remover; ponga el
cuenco sobre una cazuela
con agua que apenas hier-
va (el fondo del cuenco
no debe tocar el agua) y
remueva a fuego lento
hasta que las natillas em-
pañen el dorso de la
cuchara, aproximadamen-
te 20 minutos, sin que
hiervan. Retire del fuego
y cuelelas sobre un cuen-
co limpio. Meta un molde
alto y cuadrado, de 20 cm
de lado, en el congelador.
4 ~ Ponga el chocolate

en un cuenco resistente al
calor. Llene la mitad de
una cazuela con agua y
llévela a ebullición;
retírela del fuego y ponga
encima el cuenco, que no
debe tocar el agua.
Remueva de vez en cuan-
do hasta que el chocolate
se funda. Deje entibiar y
viértalo sobre las natillas,
sin dejar de remover hasta
que la mezcla quede
homogénea. Agregue el

ron y las pasas, remueva,
deje enfriar esta mezcla y
rellene el molde enfriado,
tápelo con papel de
aluminio y métalo de
nuevo en el congelador
hasta que el helado se
endurezca.

5 ~ Saque el molde del
congelador y trasvase el
helado a un cuenco; bata-
lo con la batidora de vari-
llas hasta que quede
cremoso y espeso. Páselo
al molde, tape éste y
métalo en el congelador
toda la noche, o hasta que
se endurezca bien. Si que-
da demasiado duro, déjelo
en la nevera 15-20 minu-
tos antes de servirlo para
ablandarlo un poco.

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 5 g, grasa: 60 g,
hidratos de carbono: 90 g,
fibra: 2 g, colesterol: 460 mg,
calorías: 965.

Nota: ~ Para abreviar el
tiempo de remojo de las
pasas con el ron, póngas-
las en un cuenco peque-
ño apto para el microon-
das, y cuézalas a media
potencia durante 1 minu-
to, o hasta que se caliente
la mezcla. Déjela enfriar.

Variación: ~ En vez de
con ron y pasas, puede
hacer el helado con
brandy y orejones de al
baricoque.



Remueva las natillas al baño María hasta que
empañen el dorso de la cuchara de madera.



Cuando el helado esté cuajado, páselo a un
cuenco y bátalo hasta que quede cremoso.

~ Racimos de chocolate ~

Preparación: 25 min
Cocción: 10 min
Para unos 40 racimos



1 ~ Ponga el chocolate negro en un cuenco. Llene hasta la mitad una cazuela con agua y, cuando rompa a hervir, retirela del fuego y ponga encima el cuenco, que no debe tocar el agua. Remueva el chocolate hasta que se funda. Funda el chocolate blanco del mismo modo.

125 g de lágrimas de chocolate negro
 125 g de lágrimas de chocolate blanco
 2/3 de taza de frutas secas variadas

125 g de jengibre glaseado, picado
 30 g de lágrimas de chocolate negro y otros
 30 g de lágrimas de chocolate blanco, extras

2 ~ Mezcle las frutas secas con el chocolate negro, y el jengibre con el chocolate blanco.
 3 ~ Ponga cucharadas colmadas de ambas mezclas sobre unas bandejas forradas con papel de aluminio y deje que se

endurezcan a temperatura ambiente. Adorne con las lágrimas de chocolate extra, formando hilos con la manga pastelera.

CADA RALIMO CONTIENE:
 Proteínas: 1 g; grasa: 2 g; hidratos de carbono: 7 g; fibra: 0 g; colesterol: 1 mg; calorías: 50

~ Bombones de chocolate con café ~

Preparación: 40 min
Cocción: 10 min
Para 20 bombones



1 ~ Ponga el chocolate negro en un cuenco. Llene la mitad de una cazuela con agua y llévela a ebullición. Retire del fuego, ponga encima el cuenco, sin que toque el agua, y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda. Enfríelo un poco.
 2 ~ Ponga 1 cucharadita de chocolate en cada cápsula, extendiéndolo con un pincel para que quede sin burbujas de aire. Trabaje

200 g de lágrimas de chocolate negro
 20 cápsulas de aluminio
 1 cucharada de nata

50 g de chocolate blanco troceado
 1 cucharada de Tia Maria
 10 granos de café partidos

las cápsulas de una en una y, cuando estén rellenas, déles la vuelta sobre una rejilla metálica y deje que el chocolate se endurezca. Reserve el sobrante.
 3 ~ Ponga en un cuenco resistente la nata, el chocolate y el licor; remuévalos sobre una cazuela con agua que apenas hierva, hasta que el chocolate se funda homogéneamente. Deje enfriar un poco y repártalo en las cápsulas,

ponga en cada una medio grano de café, presionándolo, y deje que el chocolate se endurezca.

4 ~ Funda de nuevo el chocolate sobrante y rellene las cápsulas; déles unos golpecitos sobre la mesa para que se asiente y deje que se endurezca.

CADA BOMBÓN CONTIENE:
 Proteínas: 1 g; grasa: 4 g; hidratos de carbono: 8 g; fibra: 0 g; colesterol: 2 mg; calorías: 70



Racimos de chocolate tarritas y Bombones de chocolate con café

Budín de chocolate con avellanas

Preparación: 25 min

Cocción: 2 h

Raciones: 6



1. Engrase un molde hermético para budín de 1,5 litros de capacidad y forre la base con papel de horno. Engrase una hoja grande de papel de aluminio y ponga encima otra de papel de horno; haga un pliegue en el centro con ambas hojas.

2. Ponga el chocolate en un cuenco termorresistente. Llene la mitad de una cazuela con agua y llévela a ebullición; retirela del fuego y ponga encima el cuenco (que no debe tocar el agua). Remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda.

3. Con la batidora de varillas, bata la mantequilla con el azúcar y el vino hasta obtener una mezcla ligera y cremosa. Agregue las yemas de una en una, batiéndolas bien. Añada el chocolate y continúe batiendo; incorpore la harina, las avellanas y las migas de pan con una cuchara de metal.

4. Monte las claras a punto de nieve suave con la batidora de varillas; añada poco a poco el azúcar extra. 1 cucharada ca-

125 g de chocolate negro troceado

100 g de mantequilla

1/4 de taza de azúcar

2 cucharadas de Marsala

4 huevos, separadas las

claras de las yemas

1/2 taza de harina

1/4 de taza de avellanas

molidas

1/2 taza de migas de pan del día anterior

1/4 de taza extra de azúcar
azúcar glas para
espolvorear

Crema de mascarpone

150 g de chocolate negro troceado

250 g de mascarpone, a

temperatura ambiente

2 cucharadas de vino de Marsala

da vez, y bata bien para disolverla; no agregue otra cucharada hasta que no esté disuelta la anterior. La mezcla debe quedar espesa y brillante. Remueva una cucharada de esta mezcla con la del chocolate, con una cuchara de metal, y luego incorpore con movimientos ligeros el resto de la clara montada.

5. Trasvase esta preparación al molde y cúbralo con las hojas de papel de horno y de aluminio (esta encima). Ponga la tapa y ajuste los clips; si no tiene tapa hermética, ate un cordel alrededor del molde para sujetar el papel y páselo 1 luego dos veces sobre el molde, atándolo a ambos lados del molde para formar un asa.

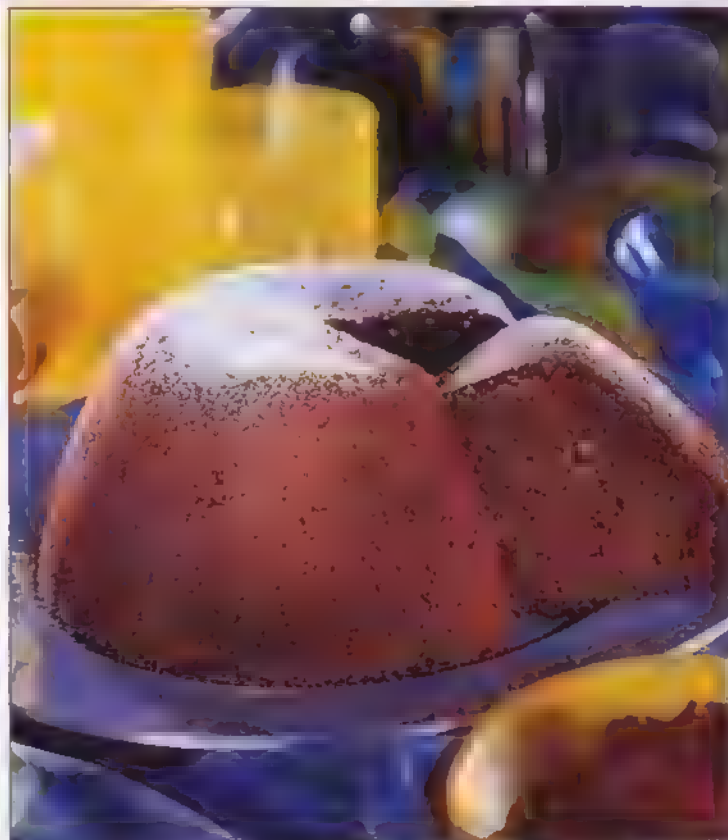
6. Ponga un plato boca abajo en el fondo de una cazuela grande y honda, introduzca el molde y

ponga agua hirviendo en la cazuela hasta que cubra la mitad del molde. Llévela a ebullición, baje un poco el fuego y cueza el budín durante 1 3/4 horas; pinche una aguja hasta el centro; si sale limpia, estará cocido. Déjelo reposar 5 minutos y vuélvelo sobre una fuente; espolvócelo con azúcar glas y sírvalo con la crema de mascarpone.

7. Para hacer la crema de mascarpone, funda el chocolate al baño María (como se indica en el paso 2) y déjelo enfriar un poco. Ablande el mascarpone con una cuchara o con las varillas y agregue poco a poco el vino y el chocolate, batiéndolo bien.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 15 g, grasa: 50 g, hidratos de carbono: 100 g, fibra: 3 g, colesterol: 165 mg, calorías: 900.



Con una cuchara grande de metal, incorpore las claras montadas a la mezcla del chocolate.



Cubra el molde con las dos hojas de papel después de hacerles un pliegue central.

~ Brazo de gitano de chocolate ~

Preparación: 25 min +
30 min de refrigeración

Cocción: 12 min
Raciones: 8



3 huevos
1/2 taza de azúcar
refinada
1/4 de taza de harina
corriente
2 cucharadas de cacao
en polvo
1 taza de nata
líquida
1 cucharada de azúcar
glas
1/2 cucharadita de
esencia de vainilla

1. ~Precaliente el horno a 200° C. Engrase ligeramente una bizcochera poco profunda y rectangular de 23x30 cm, forre la base con papel de

horno y engrase éste. Con la batidora de varillas, bata en un cuenco pequeño los huevos con tres cuartas partes del azúcar unos 8 minutos, o hasta que la mezcla esté espesa y cremosa.
2. ~Tamice la harina con el cacao e incorporela a la crema anterior con movimientos suaves y envolventes, utilizando una cuchara de metal. Trasvase esta mezcla a la bizcochera y repártala uniformemente.
3. ~Hornee el molde unos 12 minutos, o hasta que el bizcocho este cocido. Mientras se hornea, extienda en la mesa de trabajo un paño limpio, ponga encima una hoja de papel de horno y espolvoreelo con el resto del azúcar. Cuando este cocido el bizcocho, vuelquelo inmediatamente sobre el papel y enró-

llelo a lo largo, con el papel, ayudándose con el paño. Déjelo sobre una rejilla metálica 5 minutos y luego desenróllelo con cuidado, espere a que se enfríe.
4. ~Con la batidora de varillas, bata la nata con el azúcar glas y la esencia de vainilla hasta que este bien montada. Extiéndala sobre el bizcocho ya frío dejando un reborde de 1 cm sin rellenar en cada lado. Enrolle de nuevo el bizcocho, utilizando el papel como guía, pongalo en una bandeja con la unión hacia abajo, tapelo y métalo en la nevera 30 minutos para que se asiente. Espolvoreelo con azúcar glas, córtelo en rebanadas y sírvalo.

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 4 g, grasa: 15 g,
hidratos de carbono: 70 g,
fibra: 0 g, colesterol: 110 mg,
calorías: 245



Con la batidora de varillas, bata los huevos y el azúcar hasta que estén espesos y cremosos.



Incorpore con movimientos suaves la harina tamizada y el cacao a la mezcla de los huevos.



Vuelque el bizcocho sobre el papel azucarado y enróllelo por el lado largo.



Extienda la crema en el bizcocho y vuelva a enróllarlo ayudándose con el papel.

~ Bebidas de chocolate ~

Los aztecas tomaban el chocolate en forma de bebida amarga, sin azúcar. Estas recetas quizá se parezcan en algo a las antiguas, pero, desde luego, son mucho más apetitosas.

Batido de chocolate con fresas y helado

Remueva 50 g de chocolate negro troceado con $\frac{1}{4}$ de taza de leche en un cazo a fuego lento hasta que se funda. Agregue $\frac{1}{2}$ taza más de leche, remueva y deje enfriar en la nevera. Póngalo en la batidora con 60 g de fresas, 2 cucharaditas de azúcar glas y una bola grande de helado de vainilla, bata hasta que esté bien mezclado. Para 1 ración.

CONTENIDO NUTRICIONAL:

Proteínas: 10 g, grasa: 25 g, hidratos de carbono: 50 g, fibra: 2 g, colesterol: 30 mg, calorías: 460.

Batido espeso de moca

Ponga en la batidora 2 cucharadas de cobertura de chocolate, 2 bolas de helado de chocolate, $\frac{1}{4}$ de taza de café frío bien concentrado y $\frac{1}{4}$ de taza de leche fría. Bata o hasta que este espeso y cremoso, añada más leche si queda demasiado espeso. Sirvalo con nata montada y adorne con virutas de chocolate. Para 1 ración.

CONTENIDO NUTRICIONAL:

Proteínas: 5 g, grasa: 15 g, hidratos de carbono: 35 g, fibra: 0 g, colesterol: 50 mg, calorías: 290.

Chocolate helado

Vierta 2 cucharadas de cobertura de chocolate en una copa de flauta. Inclínela y gírela para embaldurnar las paredes y llene tres cuartas partes de la copa con leche muy fría. Añada una bola de helado de vainilla y nata montada. Para 1 ración.

CONTENIDO NUTRICIONAL:

Proteínas: 8 g, grasa: 20 g, hidratos de carbono: 35 g, fibra: 0 g, colesterol: 60 mg, calorías: 330.

Batido de chocolate y plátano

Ponga en la batidora 2 bolas de helado de chocolate, 1 plátano troceado y $\frac{1}{2}$ taza de leche. Bata hasta que quede homogéneo y cremoso. Moje el borde de un vaso largo en clara de huevo batida y luego en chocolate rallado, sirva el batido. Para 1 ración.

CONTENIDO NUTRICIONAL:

Proteínas: 10 g, grasa: 15 g, hidratos de carbono: 45 g, fibra: 3 g, colesterol: 30 mg, calorías: 340.

Chocolate caliente

Caliente 1 taza de leche en un cazo; agregue $\frac{1}{2}$ cucharadas de chocolate en polvo y remueva. Ponga 2 nubes de malvavisco en una jarra, vierta el chocolate caliente y adorne con ralladura de chocolate. Para 1 ración.

CONTENIDO NUTRICIONAL:

Proteínas: 10 g, grasa: 10 g, hidratos de carbono: 35 g, fibra: 0 g, colesterol: 35 mg, calorías: 305.

Cóctel con nata a la naranja

Caliente en un cazo $\frac{1}{2}$ taza de leche con $\frac{1}{4}$ de taza de azúcar y $\frac{1}{2}$ cucharadas de chocolate en polvo, remueva a fuego lento hasta que el azúcar se disuelva. Deje enfriar y agregue $\frac{1}{2}$ taza de nata y 2 cucharadas de Grand Marnier, remueva y refrigere hasta que este muy frío. Para 2 raciones.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 4 g, grasa: 30 g, hidratos de carbono: 55 g, fibra: 0 g, colesterol: 95 mg, calorías: 525.

Desde la izquierda, en el sentido del reloj: Batido de chocolate con fresas y helado; Batido espeso de moca; Chocolate helado; Batido de chocolate y plátano; Chocolate caliente; Cóctel con nata a la naranja.



~ Bocaditos de chocolate blanco ~ con salsa de chocolate negro

Preparación: 40 min +
enfriado

Cocción: 50 min

Raciones: 6



60 g de mantequilla
3/4 de taza de harina
corriente
3 huevos poco
batidos

Relleno de chocolate blanco

1/4 de taza de polvo para
hornear
1 cucharada de azúcar
refinada
1 1/2 tazas de leche
150 g de chocolate
blanco, troceado
1 cucharada de Grand
Marnier

Salsa de chocolate

125 g de chocolate negro,
troceado
1/2 taza (125 ml) de nata
líquida

1. ~ Precaliente el horno
a 210° C. Forre una placa
pastelera con papel de hor-
no. Caliente la mantequilla
en un cazo con 3/4 de taza
de agua; lleve a ebullición

y retire del fuego. Eche to-
da la harina de una vez,
ponga de nuevo el cazo al
fuego y remueva hasta que
la mezcla se haga una bola
lisa. Déjela enfriar un
poco y pásela a un cuenco
Bata con la batidora de
varillas y vaya agregando
los huevos poco a poco,
batiendo bien después de
cada añadido, hasta conse-
guir una pasta homogénea
y brillante

2. ~ Ponga montoncitos
de la mezcla, 2 cucharadi-
tas colmadas para cada
uno, en la placa, dejando
entre ellos una distancia
de 5 cm. Salpíquelos con
agua y hornéelos durante
10 minutos. Reduzca la
temperatura del horno a
180° C y déjelos otros
12-15 minutos más, o has-
ta que la masa se hinche.
Haga una abertura en cada
bocadito, apague el horno
y déjelos dentro 5 minutos
para que se sequen.

3. ~ Para hacer el relleno,
mezcle el polvo de natillas
y el azúcar en un cazo;
vierta poco a poco la
leche, remueva para des-
hacer los grumos y conti-
núe removiendo a fuego
lento hasta que la mezcla
hueva y se espese. Retíre-
lo del fuego y añada el

chocolate blanco y el
licor; remueva hasta que el
chocolate se funda. Ponga
plástico transparente di-
rectamente sobre el choco-
late y deje que se enfríe.
Remueva las natillas hasta
que queden finas y pón-
gas en la manga pastelera
con una boquilla lisa de
1 cm. Rellene los bocadi-
tos y sirvalos con la salsa
de chocolate templada.

4. ~ Para la salsa de cho-
colate, ponga éste con la
nata en un cazo; remueva
a fuego lento hasta que se
funda el chocolate y la
mezcla quede homogénea.
Sirvala templada.

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 10 g, grasa: 35 g,
hidratos de carbono: 50 g,
fibra: 1 g, colesterol: 160 mg,
calorías: 540

Notas: ~ Los bocaditos se
pueden hornear el día
anterior y rellenarlos justo
antes de servirlos. Si
quiere, puede hacerlos
muy pequeños, como
dulces de sobremesa, po-
niendo sólo 1 cucharadita
de masa. Cuando estén
cocidos, bañe la superficie
con chocolate fundido,
deje que se endurezca y
luego rellénelos con nata
montada.



Agregue la harina y remueva al fuego hasta
que se forme una bola elástica.



Eche los huevos uno a uno, batiéndolos bien
hasta que la pasta esté homogénea y brillante.

~ Pastel de chocolate ~

Preparación: 25 min

Cocción: 50 min

Raciones: 10



1 ~ Precaliente el horno a 180° C. Engrase la base y las paredes de un molde hondo cuadrado de 20 cm de lado y forre la base con papel de horno

2 ~ Con la batidora de varillas, bata en un cuenco pequeño la mantequilla con el azúcar refinada y el azúcar glas hasta obtener una mezcla ligera y cremosa. Agregue los huevos poco a poco, batiendo bien después de cada añadido. Añada la vainilla y la mermelada y bata hasta combinarlas

3 ~ Trasvase la mezcla a un cuenco grande e incorpore con una cuchara de metal la harina tamizada con el cacao y el bicarbonato, alternándola con la leche. Remueva para

125 g de mantequilla

1/2 taza de azúcar refinada

1/3 de taza de azúcar glas tamizada

2 huevos poco batidos

1 cucharadita de esencia de vainilla

1/4 de taza de mermelada de moras

1 1/4 tazas de harina de fuerza

1/2 taza de cacao en polvo

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 taza de leche

Crema de mantequilla y chocolate

50 g de chocolate negro en trocitos

25 g de mantequilla

3 cucharadas de nata líquida

1/4 de taza de azúcar glas tamizada

mezclar los ingredientes; sin batur en exceso la mezcla, que debe quedar casi homogénea.

4 ~ Rellene el molde y alise la superficie. Hornee durante 45 minutos, o hasta que salga limpia una aguja que habrá pinchado hasta el centro del pastel. Déjelo reposar en el molde 15 minutos y vuélvelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe

5 ~ Para la crema de mantequilla, ponga en un cazo el chocolate, la mantequilla, la nata y el azúcar glas; remueva hasta que el chocolate se funda y la crema quede homogénea y brillante. Extiéndala sobre el pastel con una espátula

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 5 g, grasa: 20 g, hidratos de carbono: 40 g, fibra: 1 g, colesterol: 85 mg, calorías: 360



Haga una crema ligera con la mantequilla y el azúcar batiendolos en un cuenco pequeño



Incorpore la harina tamizada con el cacao y el bicarbonato, alternándola con la leche



Vierta la mezcla en el molde forrado con papel de horno y alise la superficie



Haga una crema brillante y fina con el chocolate, la mantequilla, la nata y el azúcar glas

~ Cortadillos de caramelo y chocolate ~

Preparación: 30 min +
enfriado
Cocción: 40 min
Para unos 18 cortadillos



1-~Precaliente el horno a 180° C. Engrase una bizcochera de 18x28x3 cm; forre la base y dos lados opuestos con papel de horno.

2-~Para hacer la base, tamice la harina en un cuenco, agregue el coco y el azúcar y mezcle bien. Añada la mantequilla, remuévala y ponga la mezcla en la bizcochera, presionándola con fuerza. Hornee 20 minutos hasta que se dore. Apriete ligeramente con el dorso de una cuchara para que la base quede plana y deje enfriar.
3-~Para el relleno, ponga en un cazo la mantequilla con el caramelo y la leche condensada, remueva constantemente a fuego

Base de coco
1 taza de harina de fuerza
1 taza de coco rallado
1/2 taza de azúcar refinada
125 g de mantequilla fundida

Cobertura de chocolate
150 g de chocolate negro troceado
20 g de copha (grasa vegetal blanca)

Relleno de caramelo
20 g de mantequilla
2 cucharadas de caramelo líquido

400 g de leche condensada azucarada

lento unos 5-10 minutos hasta que la mezcla se caramelicé un poco. Viértalo inmediatamente sobre la base horneada y extiéndalo por igual. Hornee otros 10 minutos y deje enfriar para que se endurezca.
4-~Para la cobertura, ponga el chocolate con la grasa vegetal en un cuenco termorresistente. Llene un cazo hasta la mitad con agua, cuando rompa a hervir, retirelo del fuego, ponga encima el cuenco (que

no debe tocar el agua) y remueva hasta que el chocolate se funda y la crema quede homogénea. Extiéndala sobre el caramelo con una espátula y refrigere el pastel hasta que la cobertura se endurezca. Desmóldelo y córtelo en trozos alargados con un cuchillo caliente y seco.

CADA PIEZA CONTIENE:
Proteínas 7 g, grasa 15 g,
hidratos de carbono 30 g,
fibra 1 g, colesterol 30 mg,
calorías 275



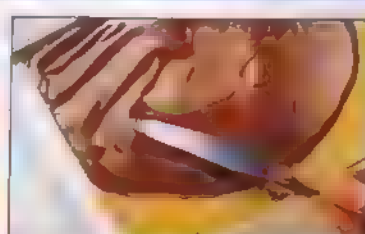
Apriete suavemente la base horneada con el dorso de una cuchara para aplanarla.



Remueva la mantequilla, el caramelo y la leche condensada hasta que se endurezca un poco.



Remueva al baño María el chocolate con la grasa hasta que se funda homogéneamente.



Extienda la cobertura de chocolate sobre el caramelo con una espátula de metal.

~ Galletas de menta y chocolate ~

Preparación: 40 min +
enfriado

Cocción: 20 min
Para unas 40 galletas



1 ~ Precaliente el horno a 180° C. Forre 2 placas pasteleras con papel de horno. Con la batidora de varillas, bata la mantequilla con el azúcar en un cuenco pequeño hasta que quede ligera y cremosa.

Pásela a un cuenco mediano y agregue las harinas tamizadas con el cacao, alternándolas con la leche, mezcle todo con un cuchillo hasta conseguir una masa blanda. Trabajela sobre una superficie ligeramente enharinada hasta formar una bola rugosa.

2 ~ Divida la masa en dos mitades y estire cada una entre dos hojas de papel de horno hasta que tengan un grosor de 2 mm. Póngalas en una bandeja y métala en la nevera 10-15 minutos para que cojan consistencia. Corte círculos de masa con un cortapastas liso de 4 cm, junte y estire de nuevo los recortes de masa para sacar más círculos. Póngalos en las placas, dejando suficiente espacio entre ellos, y hornéelos durante 10 minutos. Pase las galletas

65 g de mantequilla

1/4 de taza de azúcar refinada

1/2 taza de harina común

1/3 de taza de harina de fuerza

2 cucharadas de cacao en polvo

2 cucharadas de leche

Crema de menta

1 clara de huevo

1 3/4 tazas de azúcar glas

tamizada

2-3 gotas de esencia o aceite de menta, al gusto

Cobertura de chocolate

150 g de chocolate negro trocado

150 g de lágrimas de chocolate negro

tas a una rejilla metálica para que se enfrien completamente.

3 ~ Para la crema de menta, bata con la batidora de varillas a baja velocidad la clara con el azúcar glas, incorporando ésta de 2 en 2 cucharadas, hasta que se forme una crema blanda, agregue más azúcar glas si lo necesita.

4 ~ Vuelque la crema sobre una superficie espolvoreada con azúcar glas y trabajela a mano con más azúcar hasta que deje de estar pegajosa. Agregue la menta y amase un poco más.

5 ~ Forme una bolita con una cucharadita de crema y aplástela un poco. Póngala entre dos galletas y apriete éstas hasta que la crema llegue a los bordes. Rellene las demás galletas, manteniendo tapado el resto de la crema

mientras las trabaja de una en una.

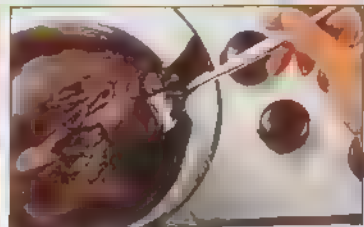
6 ~ Para hacer la cobertura, ponga los dos tipos de chocolate en un cuenco termorresistente. Llene la mitad de un cazo con agua y, cuando rompa a hervir, retirelo del fuego; ponga el cuenco encima —no debe tocar el agua— y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda. Retire el cuenco del cazo y deje que el chocolate se enfrie ligeramente. Bañe las galletas en la cobertura con la ayuda de un tenedor y deje escurrir la que sobre. Extiéndalas en una bandeja forrada con papel de horno para que se endurezca.

CADA GALLETA CONTIENE:

Proteínas: 1 g, grasa: 4 g, hidratos de carbono: 15 g, fibra: 0 g, colesterol: 4 mg, calorías: 90



Ponga un poco de relleno entre dos galletas y apriételas para que llegue hasta los bordes.



Sumerja las galletas en la cobertura de chocolate con la ayuda de un tenedor.

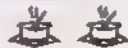
~ Tarta de chocolate con avellanas ~

Preparación: 1 h +

toda la noche de refrigeración

Cocción: 1 1/4 h

Raciones: 10



500 g de chocolate negro troceado

6 huevos

2 cucharadas de

Frangelico (ver nota)

1 1/2 tazas de avellanas molidas

1 taza de nata líquida, batida

12 avellanas enteras

Cobertura de chocolate

200 g de chocolate negro troceado

1/4 de taza de nata líquida

1 cucharada de Frangelico

1.~Precaliente el horno a 150° C. Engrase un molde redondo y profundo, de 20 cm de diámetro, y forrelo con papel de horno.

2.~Ponga el chocolate en un cuenco termorresistente. Llene la mitad de un cazo con agua y, cuando rompa a hervir, retirelo del fuego; ponga el cuenco encima. No debe tocar

el agua—y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda. 3.~Ponga los huevos y el Frangelico en otro cuenco grande resistente sobre una cazuela a fuego lento con agua que apenas hierva (el cuenco no debe tocar el agua). Con la batidora de varillas, bata los huevos a máxima velocidad durante 7 minutos hasta que queden espumosos; retire el cuenco de la cazuela.

4.~Con una cuchara de metal y movimientos rápidos y ligeros, incorpore el chocolate fundido y las avellanas molidas a las claras, sin mezclar en exceso. Incorpore la nata y vierta la preparación en el molde; ponga este en una bandeja de horno y vierta agua caliente que lo cubra hasta la mitad.

5.~Hornee durante 1 hora, o hasta que la tarta este cuajada. Saque el molde de la bandeja, deje enfriar a temperatura ambiente, tapelo con plástico transparente y métalo toda la noche en la nevera para que coja consistencia.

6.~Corte un círculo de cartón fuerte de 17 cm; pongalo sobre la tarta y dele la vuelta a ésta para

que la base quede hacia arriba. Pásela a una rejilla metálica sobre una bandeja y retire el papel del molde. Deje que pierda el frío de la nevera antes de decorarlo.

7.~Para la cobertura, caliente el chocolate con la nata y el Frangelico en un cazo, removiéndolo a fuego lento hasta que se funda homogéneamente.

8.~Vierta el chocolate en el centro de la tarta e inclínela en redondo para cubrir toda la superficie. De a la rejilla unos golpecitos contra la mesa para igualar la superficie y facilitar que la cobertura escurra por los lados, cubriéndolos por igual. Ponga las avellanas rodeando el borde de la tarta y métala en la nevera hasta que la cobertura se endurezca y la tarta adquiera consistencia. Pásela con cuidado a una fuente y sirvala cortada en cuñas.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 9 g, grasa: 50 g, hidratos de carbono: 50 g, fibra: 1 g, colesterol: 180 mg, calorías: 630

Nota:~El Frangelico es un licor elaborado con avellanas. Puede sustituirlo por brandy o whisky si lo prefiere.

CHOCOLATE



Incorpore el chocolate y las avellanas a los huevos con movimientos envolventes rápidos.



Remueva el chocolate con la nata y el licor a fuego lento hasta que se funda completamente.

~ Muffins de chocolate ~

Preparación: 25 min
Cocción: 20 min
Para 12 muffins



1. ~Precaliente el horno a 200° C. Engrase una bandeja de 12 moldes para *muffins* (o magdalenas) medianos. Tamice la harina con el cacao en un cuenco grande.

2. ~Ponga el chocolate y la mantequilla en un cazo mediano; remuevalos constantemente a fuego lento hasta que se fundan y la mezcla quede homogénea. Agregue el azúcar morena y remueva para integrarla en el chocolate.

3. ~Vierta el chocolate sobre los ingredientes sólidos, añada la leche y los huevos y mezcle todo con una cuchara grande de metal sin batirlo en exceso (la mezcla debe resultar un poco grumosa).

2 1/2 tazas de harina de fuerza
 1 cucharada de cacao en polvo
 200 g de chocolate negro troceado
 150 g de mantequilla en trocitos
 3/4 de taza de azúcar morena oscura poco apretada
 1/2 taza de leche
 3 huevos poco batidos

bucles de chocolate para decorar (ver pág. 55)
 azúcar glas para espolvorear

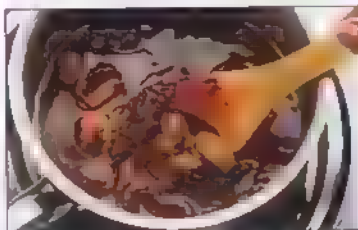
Glaseado de chocolate
 1 taza de azúcar glas
 1/4 de taza de cacao en polvo
 50 g de mantequilla ablandada
 2 cucharadas de leche

sa). Rellene a cucharadas los moldes –hasta dos tercios de su capacidad– con esta mezcla, y hornéelos unos 12-15 minutos, o hasta que suban, pinche una aguja hasta el centro de cada *muffin*, si sale limpia, estarán cocidos. Déjelos reposar en los moldes durante 5 minutos y luego vuélvelos sobre una rejilla metálica para que se enfrien.

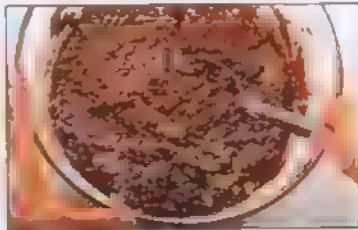
4. ~Para hacer el glaseado, tamice el azúcar glas

con el cacao en un cuenco; agregue la mantequilla ablandada y suficiente leche para formar una pasta espesa. Remueva hasta que esté homogénea y ponga una capa espesa en cada *muffin*. Decórelos con los bucles de chocolate y espolvoree con azúcar glas.

CADA MUFFIN CONTIENE:
 Proteínas: 6 g; grasa: 20 g;
 hidratos de carbono: 50 g;
 fibra: 1 g; colesterol: 90 mg;
 calorías: 415



Remueva el chocolate y la mantequilla a fuego lento hasta que se fundan.



Mezcle el chocolate fundido con los ingredientes sólidos, la leche y los huevos.



~ Crema bávara de chocolate ~

Preparación: 30 min +
refrigeración
Cocción: 5 min
Raciones: 6



200 g de chocolate negro
troceado

1 1/2 tazas de leche

4 yemas de huevo

1/3 de taza de azúcar

1 cucharada de gelatina
sin sabor

300 ml de nata líquida

1 ~ Remueva el chocolate con la leche en un cazo a fuego lento hasta que se disuelva y este a punto de hervir, retirelo del fuego.

2 ~ Con la bandora de varillas, bata las yemas y el azúcar hasta que resulte una crema espesa. Agregue poco a poco el chocolate y siga batiendo hasta mezclar todo bien.

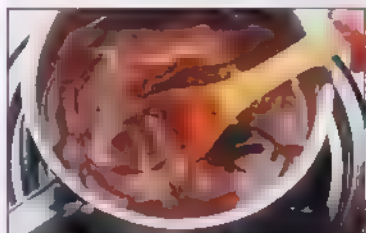
3 ~ Ablande la gelatina con 2 cucharadas de agua en un cuenco al baño María, remuevala hasta que se disuelva e incorpórela a la mezcla del chocolate.

4 ~ Enfrie la crema en la nevera sin dejar que se cuaje, remuévala de vez en cuando. Bata la nata sin montarla del todo e incorpórela a la crema con mo-

vimientos envolventes en dos tandas. Repartala en 6 copas de helado de 1 taza de capacidad y métalas en la nevera varias horas, o toda la noche, hasta que la crema se cuaje.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 8 g, grasa: 40 g
hidratos de carbono: 40 g
fibra: 0 g, colesterol: 195 mg,
calorías: 510



Remueva el chocolate con la leche hasta que la mezcla esté a punto de hervir.



Bata las yemas con el azúcar hasta conseguir una crema espesa.



Ablande la gelatina con 2 cucharadas de agua en un cuenco al baño María.



Incorpore en dos tandas la nata a la mezcla del chocolate con movimientos envolventes.



~ Rocas de chocolate y malvavisco ~

Preparación: 20 min +
refrigeración
Cocción: 5 min
Para unos 30 rocas



1. ~ Forre con papel de aluminio la base y dos lados opuestos de una bizcochera haja cuadrada de 20 cm de lado. Mezcle bien en un cuenco las nubes con el cacahuete, las cerezas y el coco.

2. ~ Ponga el chocolate en un cuenco termorresistente. Llene la mitad de un cazo con agua y, cuando rompa a hervir, retirelo

250 g de nubes de malvavisco rosas y blancas, cortadas en mitades

1 taza de cacahuets sin sal troceados

1/2 taza de cerezas glaseadas en mitades

1 taza de coco rallado en tiras

350 g de chocolate negro troceado

del fuego, ponga el cuenco encima: no debe tocar el agua y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda.

3. ~ Viértalo sobre la mezcla de malvavisco y mezclelo todo bien. Ponga esta preparación en el molde con una cuchara y apriétela contra la base para que quede igualada

Meta el molde en la nevera durante varias horas hasta que la mezcla se endurezca: desmóldela y córtela en trozos pequeños. Puede conservarlos en la nevera dentro de un recipiente hermético

CADA ROCA CONTIENE:
Proteínas: 2 g, grasa: 6 g, hidratos de carbono: 8 g, fibra: 1 g, colesterol: 0 mg, calorías: 215

~ Bombones de chocolate y malvavisco ~

Preparación: 20 min +
toda la noche de
refrigeración
Cocción: 10 min
Para unos 40 bombones



1. ~ Forre la base y dos lados opuestos de un molde alargado de 8x26 cm con papel de aluminio. Ponga en una cazuela la mantequilla, el chocolate y las nubes de malvavisco, remueva a fuego lento hasta que el chocolate y las nubes se fundan. Reti-

70 g de mantequilla en trocitos

150 g de chocolate negro troceado

250 g de nubes blancas de malvavisco

1 cucharadita de esencia de vainilla

50 g de chocolate con leche fundido

re del fuego y agregue la esencia de vainilla.

2. ~ Vierta esta mezcla en el molde y métalo en la nevera durante varias horas, o incluso toda la noche hasta que se endurezca. Desmóldela y desdóche el papel de aluminio; corte la pastilla en tiras de

2 cm y luego cada una en 3 bombones cuadrados. Dibaje sobre estos unos hilos con el chocolate fundido

CADA BOMBÓN CONTIENE:
Proteínas: 1 g, grasa: 3 g, hidratos de carbono: 3 g, fibra: 0 g, colesterol: 5 mg, calorías: 125



Rocas de chocolate y malvavisco torribas y Bombones de chocolate y malvavisco

~ Tarta de chocolate con naranja ~

Preparación: 45 min +
20 min de refrigeración
Cocción: 50 min
Raciones: 6



1. ~Precaliente el horno a 180° C. Engrase ligeramente un molde bajo acanalado de 22 cm, de fondo desmontable. Ponga en un cuenco grande las harinas, la almendra molida y el azúcar; agregue la mantequilla troceada y frótelea con los otros ingredientes hasta que la mezcla quede arenosa. Añada la yema de huevo y 2-3 cucharadas de agua (o la que necesite para que se mezclen los ingredientes) y forme una bola con la masa. Estirela entre 2 hojas de papel de horno hasta que pueda forrar el fondo y las paredes del molde. Enfriela en la nevera 20 minutos y recorte los bordes sobrantes con un cuchillo.

2. ~Cubra el molde con una hoja de papel vegetal y extienda encima una capa de habichuelas o de arroz. Horneelo en blanco durante 15 minutos, retire el papel con las habichuelas y hornee la masa otros 5 minutos.

3. ~Para el relleno, ponga los chocolates negro y blanco en un cuenco ter-

1/2 taza de harina común
2 cucharadas de harina de arroz
1/4 de taza de almendra molida
1 cucharada de azúcar
90 g de mantequilla en trocitos
1 yema de huevo
nata batida para servir

Relleno

100 g de chocolate negro troceado
125 g de chocolate con leche troceado

1 cucharadita de ralladura de naranja
2 cucharadas de zumo de naranja
3/4 de taza de nata líquida
2 huevos
2 yemas de huevo poco batidas

Tiras de piel de naranja caramelizadas

1/3 de taza de azúcar
la piel de 3 naranjas, cortada en tiras

morresistente. Llene la mitad de un cazo con agua y, cuando rompa a hervir, retírelo del fuego; ponga el cuenco encima —no debe tocar el agua— y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda. Retire el cuenco del cazo. Bata con las varillas la ralladura y el zumo de naranja, la nata, los huevos enteros y las 2 yemas hasta mezclarlo todo. Agregue esta crema poco a poco al chocolate, batiendo constantemente. Vierta la mezcla en la masa horneada y hornéela durante 20-25 minutos, o hasta que se cuaje (al enfriarse, adquirirá más consistencia).

4. ~Para caramelizar las tiras de piel de naranja, ponga en un cazo el azú-

car con 2 cucharadas de agua; remueva a fuego lento hasta que se disuelva y agregue las tiras. Lleve a ebullición, baje el fuego y deje cocer durante 5 minutos, removiendo la mezcla hasta que se cristalice. Saque las tiras de piel y déjelas enfriar sobre una hoja de papel de horno. Si no se llegaron a cristalizar las tiras, añada un poco más de azúcar mientras remueve el caramelo.

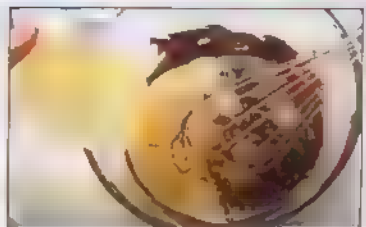
5. ~Sirva la tarta templada o fría, cubierta con la nata montada y adornada con las tiras de naranja caramelizadas

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 10 g, grasa: 45 g, hidratos de carbono: 60 g, fibra: 2 g, colesterol: 205 mg, calorías: 255



Forre la base y las paredes del molde con la masa y refrigérela durante 20 minutos.



Agregue poco a poco la crema al chocolate fundido, batiendo constantemente

~ Brownies jugosos de chocolate ~

Preparación: 20 min

Cocción: 50 min

Para 36 brownies



1. ~Precaliente el horno a 180° C. Engrase un molde cuadrado poco hondo de 23 cm de lado, forre la base y las paredes con papel de horno.

2. ~Tamice en un cuenco grande la harina con el cacao, la levadura y el bicarbonato, añada 1 taza de la nuez molida, remueva y haga un hoyo en el centro

3. ~Ponga la mantequilla y el chocolate en un cuenco termorresistente sobre un cazo con agua que apenas hierva (el cuenco no debe tocar el agua); remueva hasta que el chocolate se funda y la mezcla quede homogénea. Retire el cuenco del cazo y agregue el azúcar, los huevos y la nata agria; bata con las varillas hasta que los ingredientes estén bien mezclados y quede una crema fina. Viértala en el hoyo de los ingredientes sólidos y remueva con una cuchara de madera hasta que todo esté bien mezclado, sin batirlo en exceso. Extienda esta pasta en el molde y métala en el horno duran-

1 1/2 tazas de harina corriente
1/4 de taza de cacao en polvo
1 cucharadita de levadura en polvo
1/2 cucharadita de bicarbonato
1 1/2 tazas de nueces de macadamia tostadas, picadas
125 g de mantequilla

200 g de chocolate negro troceado
1 taza de azúcar refinada
2 huevos poco batidos
1/3 de taza de nata agria

Cobertura de chocolate
150 g de chocolate negro troceado
1/2 taza de nata agria

te 30-35 minutos, pinche una aguja hasta el centro de la masa: si sale limpia, estará lista. Déjela enfriar en el molde

4. ~Para elaborar la cobertura, ponga el chocolate en un cuenco termorresistente. Llene la mitad de un cazo con agua y llévela a ebullición; retire el cazo del fuego, ponga el cuenco encima (asegurese de que no toque el agua) y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda. Retire el cuenco del cazo y deje reposar el chocolate durante 2 minutos; agréguele la nata agria y bata con las varillas hasta que la mezcla quede espesa y brillante. Extienda esta cobertura sobre la masa horneada y ya fría, y espolvoree con el resto de las macadamias picadas

Cuando la cobertura se endurezca, corte los brownies en cuadradillos

CADA BROWN Y CONTIENE:
Proteínas: 2 g, grasa: 15 g, hidratos de carbono: 17 g, fibra: 1 g, colesterol: 25 mg, calorías: 190

Nota. ~Puede conservarlos en un recipiente hermético durante 2 días, o en el congelador (no se llegan a congelar) durante 1 mes

Variaciones. ~Si lo prefiere, puede hacer los brownies con pacanas o nueces comunes en lugar de las de macadamia. Para servirlos como postre, córtelos en cuadrados un poco más grandes y sirvalos templados, espolvoreados con azúcar glas y cubiertos con nata agria o con una bola de helado



Vierta la mezcla del chocolate en el hoyo de los ingredientes sólidos y mézclelo bien



Bata el chocolate fundido con la nata agria hasta que la mezcla esté espesa y brillante

~ Budín de chocolate ~ en su salsa

Preparación: 25 min

Cocción: 40 min

Raciones: 6



1. ~ Precaliente el horno a 180° C. Engrase un molde hondo de 2 litros de capacidad. Tamice la harina con 2 cucharadas del cacao en un cuenco grande, añada 1/2 taza de azúcar y mézclelo bien. Haga un hoyo en el centro.

2. ~ Mezcle en una jarrita la leche, el huevo, la mantquilla y la esencia de vainilla; viértalo en el hoyo de los ingredientes sólidos y remueva hasta que este bien mezclado, sin batir en exceso. Trávaselo la mezcla al molde y disuelva el cacao y el azúcar restantes con 2 1/2 tazas de agua hirviendo.

Vierta poco a poco esta

1 taza de harinas de fuerza
1/3 de taza de cacao en
polvo

1 1/4 tazas de azúcar
refinada

1/2 taza de leche

1 huevo

60 g de mantequilla
fundida

1 cucharadita de esencia
de vainilla

azúcar glas para
espolvorear

Crema de naranja

300 ml de nata líquida

1 cucharadita de
ralladura de naranja

1 cucharada de azúcar
glas

1 cucharada de Grand
Marnier

mezcla sobre la del budín, dejándola caer sobre el dorso de una cuchara.

3. ~ Hómeelo durante 40 minutos; pinche una aguja hasta el centro del budín, si sale limpia, estará hecho. Mientras hornea el budín, prepare la crema de naranja.

4. ~ Para la crema, ponga en un cuenco la nata, la ralladura, el azúcar glas y el Grand Marnier; bata con la batidora de varillas

hasta que la nata quede montada.

5. ~ Espolvoree el budín con azúcar glas y sírvalo con la crema de naranja.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 6 g, grasa: 30 g
hidratos de carbono: 80 g
fibra: 1 g, colesterol: 25 mg
calorías: 610

Nota: ~ Sirva el budín inmediatamente para que no absorba toda la salsa y no quede demasiado húmedo.



Vierta la leche con el huevo, la mantequilla y la vainilla en los ingredientes sólidos.



Eche la mezcla del cacao sobre el dorso de una cuchara para bañar la crema del budín.



≈ Adornos de chocolate ≈

El chocolate compuesto es el más adecuado para estos adornos, ya que se endurece más, por su contenido en grasa vegetal, y no se derrite aunque haga calor

Cajas

Forre una placa pastelera con plástico transparente o celofán, procurando que no queden arrugas. Funda 200 g de chocolate y extiéndalo sobre el plástico en una capa de 3 mm de grosor. Cuando esté firme, córtelo en cuadrados iguales y deje que se endurezcan del todo. Funda de nuevo el chocolate que

quede y pinte los bordes de los cuadrados para que se peguen unos con otros al formar las cajas. Rellénelas con frutas, *mousse* o natillas. Para 4 cajas

Fresas bañadas en chocolate

Limpie 250 g de fresas con un pincel (no las lave). Funda 150 g de chocolate negro en un cuenco

pequeño al baño María y sumerja cada fresa para bañarla hasta la mitad, deje que escurra el chocolate y ponga las fresas sobre una hoja de papel vegetal para que se endurezca el baño. Sumerja luego las puntas en 100 g de chocolate blanco fundido; si el chocolate quedase muy espeso, aclárelo con un poco de grasa vegetal

De izquierda a derecha: Cajas, Fresas bañadas en chocolate, Collar para tarta, Canutillos o bucles, Hojas, Láminas



Collar para tarta

Funda 100 g de lágrimas de chocolate negro. Corte una tira de papel de horno de un ancho igual a la altura de la tarta que vaya a decorar y 5 mm más larga que su diámetro. Extienda regularmente el chocolate sobre la tira y, antes de que se endurezca, póngala con cuidado rodeando la tarta. Una vez endurecido el chocolate, retire con cuidado el papel. Para un efecto más decorativo, recorte los bordes del papel dándole diferentes formas. Si lo prefiere, ponga en el papel unas gotas de chocolate blanco fundido y, cuando se endurezca, extienda el chocolate negro, termine el collar como se ha indicado. Para una tarta de 20 cm de diámetro

Canutillos o bucles

Extienda 100 g de chocolate negro fundido en una capa fina sobre una superficie de mármol. Deje que se solidifique sin endurecerse. Ponga un cuchillo inclinado en un ángulo de 45° sobre el chocolate y arrástrelo hacia usted de un lado a otro para formar los bucles de chocolate

Hojas

Elija 10 hojas de hiedra o de rosal, o de una planta que no sea tóxica, deben estar tersas, limpias y secas, sin defectos ni restos de insecticidas. Funda 100 g de chocolate y úntelo con un pincel en el envés de las hojas formando una capa. Cuando se endurezca, extienda otra capa sobre la anterior. Deje endurecer y retire con cuidado la hoja

Láminas

Cubra una placa pastelera, o una bandeja de horno de paredes muy bajas, con plástico transparente o con celofán, estírelo bien para que no queden arrugas. Extienda 100 g de chocolate negro fundido en una capa fina; cuando se endurezca, rómpalo en trozos y úselos para decorar postres o para recubrir los laterales de las tartas. Antes de que el chocolate se endurezca, puede espolvorearlo con trocitos de frutos secos o de galletas de miel, o bien pegarle unos trocitos de pan de oro para que las láminas queden más decorativas.



~ Soufflés de chocolate calientes ~

Preparación: 30 min

Cocción: 20 min

Raciones: 6



175 g de chocolate negro troceado
1/4 de taza de Cointreau
5 yemas de huevo poco batidas
1/4 de taza de azúcar refinada
7 claras de huevo
azúcar glas, para adornar

1 ~ Precaliente el horno a 200° C. Engrase bien con mantequilla fundida seis moldes de cerámica de 1 taza de capacidad. Rodee el exterior de cada molde con un papel doble de horno que sobresalga 3 cm por encima del borde superior. Atelo con un

cordel y disponga los moldes en una bandeja de horno.

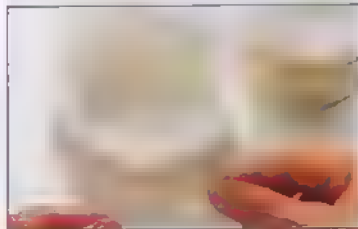
2 ~ Ponga el chocolate en un cuenco termorresistente. Llene la mitad de un cazo con agua y, cuando rompa a hervir, retirelo del fuego; ponga el cuenco encima—no debe tocar el agua— y remueva de vez en cuando hasta que el chocolate se funda. Agregue el Cointreau y mezclelo bien. Incorpore las yemas y el azúcar, remueva todo y trasvase la mezcla a un cuenco grande.

3 ~ Con la batidora de varillas, monte las claras a punto de nieve firme en un cuenco grande. Mezcle a fondo un tercio de las claras con la mezcla del chocolate, con una cuchara de metal, incorpore el resto de la clara con movimientos envolventes, sin mezclar en exceso.

4 ~ Rellene los moldes a cucharadas y limpie el borde interior pasando el dedo pulgar alrededor para que los soufflés suban regularmente. Hornéelos durante 12-15 minutos, o hasta que suban del todo y estén cocidos. No abra el horno antes de los 12 minutos, o los soufflés no subirán bien. Corte los cordeles y retire los papeles. Sirvalos inmediatamente espolvoreados con un poco de azúcar glas.

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 8 g, grasa: 10 g, hidratos de carbono: 35 g, fibra: 0 g, colesterol: 150 mg, calorías: 295

Variación ~ Una vez cocidos los budines, recórtelos por arriba para hacerles un pequeño hueco, y llénelos con una buena cucharada de nata espesa.



Envuelva los moldes con una doble capa de papel de horno y átelo con un cordel.



Incorpore el resto de las claras montadas con la mezcla del chocolate.



~ Tarta del diablo ~

Preparación: 30 min

Cocción: 55 min

Raciones: 8



1-~Precaliente el horno a 160°C. Engrase ligeramente 2 moldes profundos y redondos de 20 cm de diámetro; forre las bases con papel de horno. Ponga en un cuenco la tercera parte del azúcar morena, el cacao y la leche; remueva a fuego lento hasta que se disuelvan. Retire el cazo del fuego, agregue el chocolate y remuévalo hasta que se funda. Deje enfriar la mezcla.

2-~Con la batidora de varillas, bata en un cuenco pequeño el resto del azúcar morena con la mantequilla y la vainilla, hasta conseguir una crema ligera y espumosa. Agregue las yemas de huevo y el chocolate enfriado, y bátalos para que se mezcle todo bien. Pase la mezcla a un cuenco grande, añada la harina tamizada con el bicarbonato y remueva.

3-~Monte las claras a punto de nieve suave en un cuenco pequeño; incorpórelas con movimientos envolventes a la mezcla del chocolate. Reparta esta preparación en los dos moldes y hornéelos duran-

te 35 minutos; pinche una aguja hasta el centro de cada pastel: si sale limpia, estarán cocidos. Déjelos reposar en los moldes durante 5 minutos y luego vuélquelos sobre una rejilla metálica para que se enfrien.

4-~Para hacer el glaseado, ponga el chocolate y la mantequilla en un cuenco termorresistente sobre una cazuela con agua que apenas hierva (asegúrese de que el cuenco no toca el agua). Remueva hasta que se fundan homogéneamente. Agregue el azúcar glas tamizada poco a poco y remueva hasta que la mezcla quede fina.

5-~Para hacer el relleno, bata con la batidora de varilla la nata con el azúcar glas y la vainilla en un

cuenco pequeño hasta que quede bien montada.

6-~Extienda el relleno sobre uno de los pasteles, ponga el otro encima y cúbralo con el glaseado. Decore con canutillos de chocolate (ver pág. 55).

Glaseado de chocolate
50 g de chocolate negro troceado
30 g de mantequilla
1 cucharada de azúcar glas

Relleno
1 taza de nata líquida
1 cucharada de azúcar glas
1 cucharadita de esencia de vainilla

CADA RACIÓN CONTIENE:
Proteínas: 8 g; grasa: 35 g;
hidratos de carbono: 80 g;
fibra: 1 g; colesterol: 130 mg;
calorías: 630

Nota~La tarta del diablo debe quedar bien oscura y densa, pues se prepara con buena cantidad de chocolate negro, mantequilla y huevos; normalmente se rellena con nata montada. Por contra, la tarta del ángel, más esponjosa, se prepara sin grasa. Ambas son muy populares en Estados Unidos.



Engrase ligeramente los moldes y forre las bases con papel de horno.



Pinche una aguja hasta el centro de cada pastel: si sale limpia, estarán bien cocidos.

~ Parfait helado de chocolate ~

Preparación: 40 min +
toda la noche de
congelación

Cocción: 25 min
Raciones: 8



1 ~ Engrase ligeramente un molde hondo rectangular de 14 x 21 cm (y fórralo con varias capas de plástico transparente o de congelación, dejando que sobresalga por los cuatro costados para poder desmoldar el helado cuando esté cuajado.

2 ~ Ponga las yemas en un cuenco y agregue poco a poco el azúcar, sin dejar de batir hasta que se disuelva completamente y se forme una crema ligera. Utilice las varillas manuales en vez de la batidora de varillas, pues al batir con ésta la mezcla coge demasiado aire. Ponga el chocolate negro y el chocolate con leche en dos cuencos distintos; resérvelos.

3 ~ Ponga la leche en un cazo. Rasque con un cuchillo las semillas del interior de la vaina y ponga ambas en la leche. Caliente a fuego lento la leche hasta que esté a punto de hervir; apártela del fuego y retire la vaina. Vierta la leche caliente sobre las ye-

6 yemas de huevo

1/2 taza de azúcar
refinada

150 g de chocolate negro
partido en trocitos

150 g de chocolate con
leche partido
en trocitos

1 taza de leche

1 vaina de vainilla,
abierta en dos mitades a
lo largo

1 1/3 tazas de nata líquida

mas azucaradas, removiendo constantemente para que no se cuajen. Ponga las natillas en un cazo limpio y déjelas cocer a fuego lento, sin dejar de remover hasta que se espesen de modo que se queden pegadas al dorso de la cuchara de madera, aproximadamente 20 minutos. No cueza las natillas en exceso porque pueden cortarse.

4 ~ Repártalas calientes entre los dos cuencos de chocolate negro y con leche. Mézclelas rápidamente con una cuchara de madera, removiendo hasta que los chocolates se fundan del todo. Deje que se enfrien bien las dos mezclas. Bata la nata con la batidora de varillas hasta que quede montada, formando picos suaves; incorpore la mitad en cada cuenco, con movimientos envolventes ligeros.

5 ~ Vierta con cuidado la mezcla del chocolate negro en el molde y métalo

en el congelador durante 30 minutos para que coja consistencia. Sáquelo y viértale la mezcla de chocolate con leche, extendiéndola con el dorso de una cuchara para que quede la superficie lisa. Tape el molde y métalo en el congelador durante toda la noche para que se endurezca bien.

6 ~ Cuando vaya a servirlo, desmóldelo con cuidado sacándolo con el plástico. Retire éste, corte el *parfait* en porciones y sírvalo inmediatamente; guarde el resto en el congelador. Resulta delicioso con bayas frescas.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 5 g; grasa: 30 g;
hidratos de carbono: 30 g;
fibra: 0 g; colesterol: 200 mg;
calorías: 400

Nota: ~ Si no se desmolda fácilmente, envuelva el molde con un paño húmedo caliente para que el helado se despreste.



Reparta las natillas calientes entre los dos cuencos de chocolate negro y con leche.



Vierta la mezcla del chocolate con leche sobre la del chocolate negro enfriada.

~ Fondue de dos chocolates ~

Preparación: 30 min

Cocción: 20 min

Raciones: 8



1 ~ Para la *fondue* de chocolate negro, ponga el chocolate y la nata en un cuenco termorresistente sobre un cazo con agua que apenas hierva. Remueva hasta que se fundan, retire el cuenco y agregue el Cointreau.

2 ~ Para la *fondue* de chocolate blanco, ponga la nata y el jarabe de maíz en un cazo; cuando rompa a

nubes de malvavisco y frutas troceadas, para acompañar

2-3 cucharaditas de Cointreau

Fondue de chocolate negro

250 g de chocolate negro en trocitos
1/2 taza de nata espesa

Fondue de chocolate blanco

2/3 de taza de nata espesa
1/2 taza de jarabe de maíz
1/4 de taza de Cointreau
250 g de gotas de chocolate blanco

hervir, retírelo del fuego y agregue el Cointreau y el chocolate blanco. Remueva hasta que el chocolate se funda y la mezcla quede fina. Sirva los dos tipos de chocolate en cuencos

separados, con las nubes y las frutas para mojar.

CADA RACIÓN CONTIENE:

Proteínas: 5 g; grasa: 35 g;
hidratos de carbono: 60 g;
fibra: 1 g; colesterol: 60 mg;
calorías: 560



Funda el chocolate con la mantequilla en un cuenco resistente al baño María.



Aparte del fuego la mezcla del chocolate negro y agregue el Cointreau.



Ponga la nata y el jarabe de maíz en un cazo, removiéndolos para que se mezclen.



Retire el cazo del fuego y añada el Cointreau y las gotas de chocolate blanco.



~ Índice ~

Adornos de chocolate
Cajas, 54
Canillitas o bucles, 55
Collar para tarta, 55
Fresas bañadas en chocolate, 54
Hojas, 55
Láminas, 55

Bebidas de chocolate
Batido con fresas y helado, 30
Batido de chocolate y plátano, 31
Batido espeso de moca, 30
Chocolate caliente, 31
Chocolate helado, 30
Cóctel con nata y la naranja, 31

Bocaditos de chocolate blanco con salsa de chocolate negro, 32
Bombones de chocolate con café, 24
Bombones de chocolate y malvavisco, 46
Brazo de gitano de chocolate, 28
Brownies jugosos de chocolate, 50
Budin de chocolate con avellanas, 26
Budin de chocolate en su salsa, 52

Coberturas de chocolate, 4, 20, 36, 38, 40, 50
Cortadillos de caramelo y chocolate, 36
Cremas
Bávara de chocolate, 44
De mantequilla y chocolate, 34
De mascarpone, 26
De menta, 38
De naranja, 52

Fondue de chocolate, 62
Galletas
De chocolate con trocitos, 8
De menta y chocolate, 38
Glaseados de chocolate, 42, 58

Helado de pasas al ron, 22
Mousse de chocolate, 6
Muffins de chocolate, 42
Naranja caramelizada, 16, 48

Parfait helado de chocolate, 60
Pastel de chocolate, 34
Pucheros de chocolate, 18

Racimos de chocolate, 24
Rellenos, 16, 32, 36, 48, 58
Rocas de chocolate y malvavisco, 46
Salsas de chocolate
Con avellanas a la vainilla, 10
Con caramelos de chocolate, 10
Con nata, 11
Negro, 10, 32
Salsa Jaffa, 11
Soufflés de chocolate calientes, 56

Tartas
De chocolate con naranja, 48
De chocolate con avellanas, 40
De queso y chocolate, 16
Del diablo, 58
Sacher, 20
Selva Negra, 12
Oscura de chocolate, 4
Trufas con pasas al ron, 14
Trufas de chocolate, 14

Ilustración de cubierta: Tarta de queso y chocolate; Bombones de chocolate con café; Racimos de chocolate; Brownies jugosos de chocolate

OTROS TÍTULOS DE ESTA COLECCIÓN:

Aperitivos y entrantes
Asados
Auténticos puddings ingleses
Budines clásicos
Brownies, dulces de azúcar y coberturas
Clásicas recetas con patatas
Clásicos de chocolate
Clásicos guisos y cazuelas
Cocina cajún
Cocina china
Cocina escocesa
Cocina española
Cocina francesa
Cocina griega
Cocina india
Cocina indonesia
Cocina inglesa
Cocina irlandesa
Cocina italiana
Cocina japonesa y coreana
Cocina libanesa
Cocina ligera
Cocina marroquí
Cocina mexicana
Cocina para niños
Cocina popular internacional
Cocina tailandesa
Cocina tex-mex
Cocina vegetariana rápida
Comida rápida para niños
Comidas y meriendas para niños
Deliciosas ensaladas
Deliciosas recetas de carne picada
Deliciosas recetas de pollo
Deliciosos platos al curry
Detalles navideños
Banquetes, dulces y regalos
Dulces y bombones
El mundo de las hamburguesas
Fiestas infantiles
Galletas, pastas y mantecadas
Guisos y cazuelas
Helados y postres
Las hierbas imprescindibles
Las mejores recetas de pasta
Masas y hojaldres
Meze
Cocina mediterránea
Cocina vegetariana rápida
Muffins & Scones
Nuevas recetas de verdura
Nuevas recetas infantiles
Panecillos y bollería

Pasta perfecta
Pasta rápida
Pasteles al instante
Pasteles rápidos y sabrosos
Pasteles y puddings
Pasteles y tartas
Pequeñas delicias de fiesta
Pescados y mariscos
Pizzas y gratinados
Platos clásicos de arroz
Platos clásicos de verduras
Pollo al minuto
Presentes navideños
Recetas y detalles
Recetas de patata populares
Recetas para sorprender
Repostería clásica
Tartas y pasteles
Sabrosas recetas de pollo
Sabrosas tapas
Salsas y aliños
Salteados y guisos de sartén
Sensacionales cócteles y bebidas para fiestas
Sopas de todo el mundo
Tapas
Tartas de fiestas infantiles
Tartas y pasteles de chocolate
Tartas y pasteles de queso
Tartas dulces y saladas
Tentadoras pastas de té
Todo para la barbacoa
Tortillas, crêpes y rebozados
Yum Cha y otras delicias asiáticas



En el catálogo de la editorial KÖNEMANN Verlagsgesellschaft mbH encontrará más de 1.000 títulos del programa internacional. De venta en todas las librerías. 568 págs., aprox. 1.500 ilus.; tapas duras, encuadernada en tela, sobrecubierta; 26,8 x 31,2 cm; en 6 idiomas; 2.000 ptas.